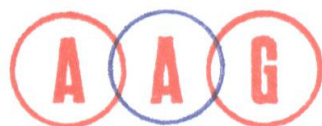


ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

DEPARTAMENTO TÉCNICO



***OUTROS
RECORDES
DISTRITAIS
PISTA AR LIVRE***



Actualizado em 16 de Outubro de 2009

RECORDES DE VÁRIAS DISCIPLINAS

➤ **INFANTIL FEMININO**

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
250 metros	Celina Pinheiro	23.10.1970	N.D.C. Gouveia	39,4	30/04/1983	Guarda
50m Barreiras	Mónica Reis	14.02.1972	N.D.C. Gouveia	11,9	12/05/1984	Guarda
1 000m Marcha	Alexandra Pinto	18.01.1987	BV Celorico Beira	5.20,1	22/06/1996	Celorico Beira
2 000m Marcha	Cíntia Mendes	24.08.1989	J.A. Stª Comba Seia	10.31,13	06/07/2002	Maia
Arremesso Bola/163g	Patrícia Loureiro	1982	E.R.F. Cerdeira	40,12m	27/03/1995	Guarda
DISCO/0,5Kg	Sofia Henriques	13.04.1978	N.D.C. Gouveia	25,96m	23/07/1991	Guarda
DISCO/0,750Kg	Helena Escobar	13.07.1987	N.A. A. Foz Côa	17,92m	27/05/2000	Guarda
TETRATLO	Solange Tomé	25.09.1990	E.R.F. Cerdeira	1 509 Pontos	26.27/04/03	Abrantes
60m Barreiras (0,762m) / Peso (2Kg) ■ Altura / 1 000m			11,98 / 6,68m ■ 1,20m / 3.31,23			

➤ **INICIADO FEMININO**

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
60 metros	Susana Carona	24.01.1976	N.D.C. Gouveia	8,1	15/04/1989	Guarda
300 metros	Susana Carona	24.01.1976	N.D.C. Gouveia	44,22	03/03/1991	Lisboa
600 metros	Celina Pinheiro	23.10.1970	N.D.C. Gouveia	1.47,46	27/07/1986	Lisboa
1 000 metros	Vanda Ribeiro	02.04.1975	N.D.C. Gouveia	3.02,5	11/03/1990	Açoteias
60m Bar./0,762m	Susana Carona	24.01.1976	N.D.C. Gouveia	10,2	29/04/1990	Guarda
300m Bar./0,762m	Susana Carona	24.01.1976	N.D.C. Gouveia	49,26	02/01/1991	Lisboa
3 000m Marcha	Carla Monteiro	19.03.1982	C.D.C. Pinheiro	16.42,0	14/06/1997	Guarda
DARDO/400g	Carla Costa	24.08.1981	C.D.C. Pinheiro	32,90m	11/05/1996	Lisboa
DISCO/0,5Kg	Stella Garcia	24.11.1974	N.D.C. Gouveia	35,08m	21/05/1989	Guarda
DISCO/1Kg	Susana Sobreiro	30.09.1982	C.D.C. Pinheiro	22,18m	04/05/1997	Viseu
PENTATLO	Susana Carona	24.01.1976	N.D.C. Gouveia	3 026 Pontos	13.14/07/91	Lisboa
HEXATLO	Susana Sobreiro	30.09.1982	C.D.C. Pinheiro	2 804 Pontos	12.13/04/97	Lisboa
80m / Peso (3Kg) / Altura ■ 60m Barreiras (0,762m) / Comprimento / 1 000m			11,4 / 7,74m / 1,34m ■ 11,12 / 4,55m / 3.44,50			
HEXATLO	Susana Mota	13.03.1987	J.A. Stª Comba Seia	2 193 Pontos	01.02/06/02	Guarda
80m Barreiras (0,762m) / Altura / Dardo (400g) ■ Comprimento / Peso (3Kg) / 800m			15,39 / 1,22m / 18,57m ■ 4,34m / 6,49m / 2.49,98			

➤ **JUVENIL FEMININO**

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
60 metros	Susana Carona	24.01.1976	N.D.C. Gouveia	8,1	15/04/1989	Guarda
400 metros	Helena Babo	11.09.1971	N.D.C. Gouveia	59,50	20/06/1987	Lisboa
1 000 metros	Inês Monteiro	18.05.1980	C.D.C. Pinheiro	2.57,6	12/07/1997	Guarda
60m Bar./0,762m	Andreia Nicolau	01.02.1991	F.S. - U.A. Guarda	10,44 (V -0,7)	12/01/2008	Seia
80m Bar./0,762m	Susana Carona	24.01.1976	N.D.C. Gouveia	12,58	19/06/1993	Maia
400m Bar./0,762m	Susana Carona	24.01.1976	N.D.C. Gouveia	67,16	10/06/1993	Viseu
3 000m Marcha	Carla Monteiro	19.03.1982	C.D.C. Pinheiro	14.27,5	10/04/1999	Guarda
4 000m Marcha	Carla Monteiro	19.03.1982	C.D.C. Pinheiro	19.49,3	08/05/1999	Aveiro
DARDO/400g	Fátima Cairrão	1975	N.A. Guarda	32,56m	05/05/1990	Lisboa
DARDO/600g AM	Carla Costa	24.08.1981	C.D.C. Pinheiro	32,74m	04/05/1997	Lisboa
HEXATLO	Carla Costa	24.08.1981	C.D.C. Pinheiro	2 687 Pontos	15.16/03/97	Guarda
80m Barreiras (0,762m) / Altura / Peso (3Kg) ■ Comprimento / Dardo (600g) / 800m			14,6 / 1,39m / 8,98m ■ 4,25m / S.M. / 3.01,4			
HEXATLO	Cátia Farias	14.10.1985	C.D.C.SS Pinheiro	2 399 Pontos	20.21/04/02	Guarda
100m Barreiras (0,762m) / Altura / Peso (3Kg) ■ Comprimento / Dardo (600g) / 800m			20,81 / 1,39m / 7,41m ■ 4,23m / 21,81m / 2.36,68			
4x400 metros (Clubes)	Joana Lopes Amélia Monteiro Dália Passarinho Carmo Figueiredo	14.02.1981 22.09.1980 27.06.1980 27.10.1980	C.D.C. Pinheiro	4.17,61	08/06/1997	Leiria

➤ **JUNIOR FEMININO**

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
300 metros	Andreia Crespo	16.10.1993	N.D.C. Gouveia	41,40	27/06/2009	Luso
1 000 metros	Inês Monteiro	18.05.1980	C.D.C. Pinheiro	2.57,6	12/07/1997	Guarda
5 000 metros	Inês Monteiro	18.05.1980	C.D.C. Pinheiro	15.44,81 (Recorde Nacional)	23/06/1999	Braga
10 000 metros	Mónica Reis	14.02.1972	N.D.C. Gouveia	40.59,7	16/07/1988	Lisboa
Milha (1 609,34m)	Inês Monteiro	18.05.1980	C.D.C. Pinheiro	4.41,39 (Recorde Nacional)	29/04/1999	Marinha Grande
3 000m Marcha	Carla Monteiro	19.03.1982	C.D.C. Pinheiro	14.09,01	26/05/2001	Maia
5 000m Marcha	Carla Monteiro	19.03.1982	C.D.C. Pinheiro	25.00,14	24/07/1999	Viseu
½ Hora Marcha	Carla Monteiro	19.03.1982	C.D.C. Pinheiro	5 725 metros	05/05/2001	V.R.Stº António
DARDO/600g AM	Carla Costa	24.08.1981	C.D.C. Pinheiro	32,74m	04/05/1997	Lisboa

➤ **SUB-23 FEMININO**

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
300 metros	Andreia Crespo	16.10.1993	N.D.C. Gouveia	41,40	27/06/2009	Luso
1 000 metros	Vanda Ribeiro	02.04.1975	N.D.C. Gouveia	2.54,68	02/06/1994	Viseu
3 000 metros	Inês Monteiro	18.05.1980	C.D.C. Pinheiro	9.12,95	07/08/1999	Riga - Letónia
Milha (1 609,34m)	Inês Monteiro	18.05.1980	C.D.C. Pinheiro	4.41,39	29/04/1999	Marinha Grande
½ Hora Marcha	Carla Monteiro	19.03.1982	C.D.C. Pinheiro	5 815 metros	04/05/2002	Óbidos
DARDO/600g AM	Carla Costa	24.08.1981	C.D.C. Pinheiro	32,74m	04/05/1997	Lisboa

➤ **SENIOR FEMININO**

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
300 metros	Andreia Crespo	16.10.1993	N.D.C. Gouveia	41,40	27/06/2009	Luso
500 metros	Vanda Ribeiro	02.04.1975	N.D.C. Gouveia	1.17,91	08/05/2005	Elvas
1 000 metros	Vanda Ribeiro	02.04.1975	N.D.C. Gouveia	2.54,68	02/06/1994	Viseu
3 000 metros	Inês Monteiro	18.05.1980	C.D.C. Pinheiro	9.12,95	07/08/1999	Riga - Letónia
Milha (1 609,34m)	Inês Monteiro	18.05.1980	C.D.C. Pinheiro	4.41,39	29/04/1999	Marinha Grande
½ Hora Marcha	Carla Monteiro	19.03.1982	C.D.C. Pinheiro	5 815 metros	04/05/2002	Óbidos
DARDO/600g AM	Carla Costa	24.08.1981	C.D.C. Pinheiro	32,74m	04/05/1997	Lisboa

➤ **INFANTIL MASCULINO**

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
250 metros	Paulo Figueiredo	03.11.1972	C.D.C. Seia	35,4	04/05/1985	Guarda
50m Barreiras	Jorge Cardoso	1970	N.D.C. Gouveia	10,0	30/04/1983	Guarda
1 000m Marcha	Joaquim Grilo	09.06.1975	C.P. V.F. Naves	5.30,8	22/03/1987	Guarda
TRIPLO SALTO	Diogo Santos	03.03.1986	A.C.R. Srª Desterro	10,75m (V -0,7)	13/06/1999	Guarda
Arremesso Bola/163g	Ivo Cardoso	04.03.1980	A.C.R. Srª Desterro	66,88m	27/06/1993	Guarda
DISCO/0,750Kg	Hugo Ramos	01.03.1977	N.D.C. Gouveia	38,70m	12/05/1990	Guarda
TETRATLO	André Chelim	17.03.1992	A.C.R. Trancoso	1 727 Pontos	23.24/04/05	Óbidos
60m Barreiras (0,762m) / Altura ▪ Peso (3Kg) / 1 000m			10,64 (V -0,7) / 1,28m ▪ 10,84m / 3.14,76			

➤ INICIADO MASCULINO

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
60 metros	André Chelim	17.03.1992	A.C.R. Trancoso	7,88 (V -1,3)	07/05/2005	C. Branco (ARCBV)
150 metros	Miguel Cabral	15.04.1994	C.A. Seia	18,16 (V +0,3)	15/07/2009	Maia
300 metros	André Jordão	27.06.1989	N.D.C. Gouveia	37,58	13/06/2004	Guarda
1 000 metros	Nuno Garcia	27.02.1978	N.D.C. Gouveia	2,39,0	21/03/1993	Braga
60m Bar./0,840m	João Delgado	08.01.1990	F.S. - U.A. Guarda	10,13	18/12/2004	Guarda
80m Bar./0,840m	Ivo Cardoso	04.03.1980	A.C.R. Sr ^a Desterro	12,06	21/04/1995	Lisboa
300m Bar./0,762m	André Jordão	27.06.1989	N.D.C. Gouveia	41,67	17/04/2004	Guarda
5 000m Marcha	Marco Matos	11.11.1971	N.A. Guarda	28.09,2	31/05/1986	Guarda
DARDO/400g	Ivo Cardoso	04.03.1980	A.C.R. Sr ^a Desterro	46,22m	15/06/1995	Guarda
PENTATLO	Paulo Figueiredo	03.11.1972	C.D.C. Seia	2 653 Pontos	4.5/05/1987	Viseu
HEXATLO	Ivo Cardoso	04.03.1980	A.C.R. Sr ^a Desterro	3 325 Pontos	01.02/04/95	Lisboa
80m / Comprimento / Peso (4Kg) ■ 80m Barreiras (0,840m) / Altura / 1 000m			9,76 / 5,61m / 14,19m ■ 12,06 / 1,58m / 3.20,22			
HEXATLO	Davide Anselmo	26.05.1989	A.C.R. Trancoso	3 005 Pontos	24.25/04/04	Melgaço
100m Barreiras (0,840m) / Comprimento / Dardo (400g) ■ Altura / Peso (4Kg) / 1 000m			15,13 / 5,10m / 39,53m ■ 1,72m / 12,12m / 3.26,73			

➤ JUVENIL MASCULINO

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
60 metros	Ricardo Gomes	09.01.1992	N.D.C. Gouveia	7,42 (V +1,4)	21/12/2009	Seia
150 metros	Paulo Fontes	13.01.1969	C.D.C. Seia	17,3	23/02/1986	Viseu
400 metros	Paulo Fontes	13.01.1969	C.D.C. Seia	49,39	09/08/1986	Lisboa
1 000 metros	Júlio Figueiredo	11.10.1972	C.D.C. Seia	2,32,5	12/03/1989	Lisboa
60m Bar./0,914m	Hélio Vaz	01.05.1991	N.D.C. Gouveia	8,57 (V -0,6)	12/01/2008	Seia
100m Bar./0,914m	Hélio Vaz	01.05.1991	N.D.C. Gouveia	13,72 (V 0,0)	23/05/2008	Vendas Novas
110m Bar./1,00m	Hélio Vaz	01.05.1991	N.D.C. Gouveia	15,20 (V +0,3)	01/06/2008	Guarda
400m Bar./0,840m	António Rodrigues	25.09.1988	C.A. Seia	52,49	06/07/2005	Lignano – Itália
2000m Obst./0,914m	Paulo Torres	19.04.1968	N.D.C. Gouveia	6.12,06	13/07/1985	Lisboa
10 000m Marcha	Samuel Pereira	25.11.1993	F.S. - U.A. Guarda	49.25,53	11/07/2009	Lisboa (U)
PESO/6Kg	André Ferreira	03.03.1991	C.A. Seia	12,77m	16/06/2007	Seia
DARDO/600g	João Coelho	31.07.1982	E.D. Celorico Beira	45,48m	22/05/1999	Guarda
DARDO/800g	João Coelho	31.07.1982	E.D. Celorico Beira	42,01m	05/07/1999	Guarda



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

DISCO/1,750Kg	Pedro Gomes	30.05.1985	J.A. Stª Comba Seia	38,28m	01/06/2002	Guarda
DISCO/2Kg	Pedro Gomes	30.05.1985	J.A. Stª Comba Seia	35,76m	16/06/2002	Viseu
MARTELO/6Kg	Pedro Gomes	30.05.1985	J.A. Stª Comba Seia	48,60m	01/06/2002	Guarda
OCTATLO Atleta Completo	André Jordão	27.06.1989	N.D.C. Gouveia	5 202 Pontos	22.23/04/06	Sobreda
100m / Comprimento / Peso (5Kg) / 400m ■ 110m Barreiras (0,914m) / Altura / Dardo (700g) / 1 000m			11,38 (V +0,8) / 6,12m (V +0,3) / 12,13m / 52,66 ■ 15,32 (V -0,5) / 1,64m / 37,65m / 2.48,04			
4x400 metros (Clubes)	Rafael Pinto Ricardo Garcia Nuno Alves António Rodrigues	27.12.1988 21.01.1989 02.06.1988 25.09.1988	C.A. Seia	3.30,49	26/06/2005	Seixal

➤ JUNIOR MASCULINO

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
60 metros	Bruno Neves	09.09.1981	C.A. Seia	7,28	30/01/1999	Viseu
150 metros	Paulo Fontes	13.01.1969	C.D.C. Seia	17,3	23/02/1986	Viseu
300 metros	António Rodrigues	25.09.1988	C.A. Seia	35,05	29/06/2005	Seia
500 metros	João Delgado	08.01.1990	F.S. - U.A. Guarda	1.05,66	26/07/2008	Guarda
1 000 metros	Nuno Figueiredo	29.12.1989	C.A. Seia	2.30,84	25/04/2008	Viseu
2 000 metros	Ricardo Figueiredo	01.07.1989	C.A. Seia	5.58,25	05/05/2007	Seia
10 000 metros	José Morgado	01.07.1975	Individual	30.50,07	06/07/1994	Lisboa
110m Bar./1,067m	Hélio Vaz	01.05.1991	N.D.C. Gouveia	14,91 (V +1,2)	23/05/2009	Luso
200m Bar./0,914m	Pedro Sousa	09.05.1984	C.A. Seia	26,56 (V +0,1)	01/05/2003	Viseu
2000m Obst./0,914m	Paulo Torres	19.04.1968	N.D.C. Gouveia	6.12,06	13/07/1985	Lisboa
5 000m Marcha	Pedro Santos	25.04.1986	A.C.R. Srª Desterro	22.25,39	01/05/2005	Viseu
1 Hora Marcha	Pedro Santos	25.04.1986	A.C.R. Srª Desterro	12 455 metros	07/05/2005	Beja
PESO/7,260Kg	Ivo Cardoso	04.03.1980	C.A. Seia	14,15m	23/07/1998	Viseu
DISCO/2Kg	Ivo Cardoso	04.03.1980	C.A. Seia	44,94m	17/06/1999	Viseu
MARTELO/7,260Kg	Rui Monteiro	18.03.1971	N.A. Guarda	33,88m	06/05/1990	Guarda
DECATLO	Bruno Costa	17.03.1980	C.A. Seia	4 623 Pontos	10.11/04/99	Coimbra
100m / Comprimento / Peso (7,260Kg) / Altura / 400m ■ 110m Bar.(1,067m)/Disco(2Kg)/Vara/Dardo(800g)/1 500m			12,15 (V +2,7) / 5,60m / 9,12m / 1,60m / 53,74 ■ 16,89 (V +3,1) / 25,48m / SM / 42,64m / 5.15,19			



➤ **SUB-23 MASCULINO**

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
60 metros	André Destapado	15.05.1986	C.A. Seia	7,14 (V -0,9)	06/01/2007	Lisboa (U)
150 metros	Paulo Fontes	13.01.1969	C.D.C. Seia	17,3	23/02/1986	Viseu
300 metros	António Rodrigues	25.09.1988	C.A. Seia	35,05	29/06/2005	Seia
500 metros	João Delgado	08.01.1990	F.S. - U.A. Guarda	1.05,66	26/07/2008	Guarda
1 000 metros	Paulo Gomes	15.05.1973	N.D.C. Gouveia	2.27,54	02/06/1994	Viseu
2 000 metros	Marco Pinto	11.10.1986	C.A. Seia	5.30,70	29/04/2006	Seia
3 000 metros	Alexandre Silva	05.04.1984	C.A. Seia	8.25,31	21/05/2006	Viseu
Milha (1 609,34m)	António Morgado	01.07.1975	C.D.C. Pinheiro	4.30,00	21/05/1997	Maia
200m Bar./0,914m	Bruno Costa	17.03.1980	C.A. Seia	26,08 (V +0,4)	01/05/2002	Viseu
2000m Obst./0,914m	Paulo Torres	19.04.1968	N.D.C. Gouveia	6.12,06	13/07/1985	Lisboa
5 000m Marcha	Pedro Santos	25.04.1986	A.C.R. Srª Desterro	22.25,39	01/05/2005	Viseu
10 000m Marcha	Pedro Santos	25.04.1986	A.C.R. Srª Desterro	45.49,14	18/06/2005	Seia
15 000m Marcha	Pedro Santos	25.04.1986	Individual	1:08.55,0	22/04/2006	Beja
1 Hora Marcha	Pedro Santos	25.04.1986	A.C.R. Srª Desterro	12 455 metros	07/05/2005	Beja
4x200 metros (Clubes)	Rui Durão Ivo Cardoso Adriano Ferreira Bruno Neves	09.03.1980 04.03.1980 30.09.1983 09.09.1981	C.A. Seia	1.30,40	26/06/2001	Coimbra

➤ **SENIOR MASCULINO**

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
60 metros	André Destapado	15.05.1986	C.A. Seia	7,14 (V -0,9)	06/01/2007	Lisboa (U)
100Jardas (91,44m)	Bruno Neves	09.09.1981	C.A. Seia	10,62 (V -1,4)	01/05/2004	Viseu
150 metros	Rui Durão	09.03.1980	C.A. Seia	16,83 (V -1,6)	01/05/2003	Viseu
300 metros	Paulo Fontes	13.01.1969	C.A. Seia	34,14	01/05/1998	Viseu
500 metros	João Delgado	08.01.1990	F.S. - U.A. Guarda	1.05,66	26/07/2008	Guarda
1 000 metros	Paulo Gomes	15.05.1973	N.D.C. Gouveia	2.27,54	02/06/1994	Viseu
2 000 metros	Marco Pinto	11.10.1986	C.A. Seia	5.30,70	29/04/2006	Seia
3 000 metros	Paulo Gomes	15.05.1973	ED Celorico Beira	8.03,0	11/05/2000	Aveiro
Milha (1 609,34m)	António Morgado	01.07.1975	C.D.C. Pinheiro	4.30,00	21/05/1997	Maia
200m Bar./0,914m	Bruno Costa	17.03.1980	C.A. Seia	25,65 (V -1,7)	01/05/2004	Viseu
2000m Obst./0,914m	Paulo Torres	19.04.1968	N.D.C. Gouveia	6.12,06	13/07/1985	Lisboa



5 000m Marcha	Pedro Martins	12.01.1968	C.A. Seia	20.52,87	27/05/2000	Leiria
10 000m Marcha	Pedro Martins	12.01.1968	C.A. Seia	42.54,27	03/05/2003	Quarteira
15 000m Marcha	Pedro Martins	12.01.1968	C.A. Seia	1:05.23,0	21/07/2001	Lisboa
1 Hora Marcha	Pedro Martins	12.01.1968	C.A. Seia	14 023 metros	17/04/2004	Quarteira
4x200 metros (Clubes)	Rui Durão Ivo Cardoso Adriano Ferreira Bruno Neves	09.03.1980 04.03.1980 30.09.1983 09.09.1981	C.A. Seia	1.30,40	26/06/2001	Coimbra
Estafeta Sueca			C.A. Seia	2.02,84	01/05/1998	Viseu

➤ **VETERANO MASCULINO**

PROVA	ATLETA	Data Nasc.	CLUBE	MARCA	DATA	LOCAL
500 metros	Jacinto Correia	30.08.1964	C.D.R. Quintela	1.29,66	26/07/2008	Guarda
1 000 metros	Jacinto Correia	30.08.1964	C.D.R. Quintela	2.59,26	29/03/2008	Guarda
2 000 metros	Jacinto Correia	30.08.1964	C.A. Seia	6.21,16	05/05/2007	Seia
5 000m Marcha	Pedro Martins	12.01.1968	C.A. Seia	21.17,85	26/05/2007	Leiria
10 000m Marcha	Pedro Martins	12.01.1968	C.A. Seia	45.26,15	21/06/2008	Seia
PESO/6Kg	Eduardo Oliveira	15.04.1974	A.C.R.A. Seixas	9,99m	26/07/2009	Seia
DARDO/700g	Jacinto Correia	30.08.1964	C.D.R. Quintela	21,21m	26/07/2009	Seia